VISIT…

LANZAROTE Caliente.COM

Рычаг пальцев

Автор: ***Сергей Павлов***
Дата публикации: 15.04.2003

Очень эффективным, к сожалению незаслуженно забытым, способом подчинения противника, является рычаг пальцев.
Старые мастера джиу-джитсу уделяли очень большое внимание этим приемам. Это и понятно. для проведения подобных технических действий не требуется большая сила. Быстрота и ловкость в данном случае есть залог успеха. Таким образом полностью воплощается в жизнь принцип "дэю". Представители классических направлений джиу-джитсу до сих пор приводят в изумление неподготовленных зрителей своими способностями повергнуть. превосходящего по силе и весу противника. Захваты пальцев рук на рычаг в сочетании с эффектным броском воспринимается как нечто сверхъестественное сторонним наблюдателем.
Эффективность сочетания рычагов пальцев с бросками и другими техническими действиями очевидна и достигается за счет воздействия на относительно слабые группы мышц, вызывая достаточно сильные болевые ощущения.
Применение рычагов пальцев дает возможность незначительно изменяя интенсивность воздействия, заметно изменять глубину болевых ощущений. Такая схема традиционна для боевого дзюдо (джиу-джитсу). Основной принцип ее - воздействующие группы мышц (мышцы (Тори) контратакующего) должны быть на порядок сильнее атакуемых мышц Укэ (нападающего).

Предлагаемая для изучения группа рычагов будет особенно эффективной при соблюдении определенных правил и учете некоторых закономерностей.
Сгибание пальцев в направлении тыльной стороны кисти руки дополняется оттягиванием пальцев друг от друга. В большинстве случаев рычаг пальцев действует и на запястье, так как рука под действием боли в суставе пальца ослабевает. По идее, в этом разделе должны были бы быть описаны рычаги кисти. Но они описаны подробно в отдельных способах защиты. Поэтому здесь только следует упомянуть, что кисть может быть заблокирована в следующих случаях:

1. Воздействие в направлении тыльной стороны кисти (рекомендуется применять только совместно с рычагом пальцев).

2. В направлении ладони.

3. В направлении ладони, но пясть с областью большого пальца оттягивается назад.

Данная группа приемов может применяться в случае:

1. Необходимости зафиксировать положение противника после проведения броска (удара) и падении или потере равновесия Укэ.

2. Для создания благоприятной ситуации (выведении из равновесия, занятия необходимого для проведения контрприема положения и т.д.) в ходе поединка. В таком случае Тори должен не стоять на месте, а активно двигаться для удержания инициативы в схватке.

1-й способ (Рис. 1)

Правая ладонь Укэ направлена вниз. Тори прочно удерживает правой рукой правое запястье Укэ (хват снизу), прижимает четыре пальца левой руки к тыльной стороне кисти противника и давит ногтевой фалангой большого пальца левой руки на ногтевую фалангу мизинца левой руки Укэ.



Рис. 1

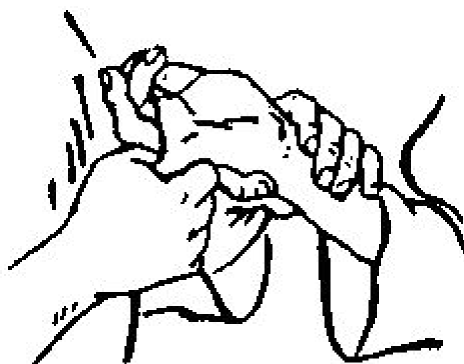


Рис. 2

2-й способ (Рис. 2)

Ладонь правой руки Укэ направлена вверх. Тори прочно удерживает левой рукой правое запястье противника (хват сверху), захватывает правой рукой мизинец Укэ и выполняет на нем рычаг в направлении тыльной стороны кисти противника.

3-й способ (Рис. 3)

Укэ держит левую руку таким образом, что ее польшой палец направлен вверх.
Тори захватывает правой рукой запястье левой руки Укэ (хват снизу), обхватывает левой рукой основание большого пальца противника и прижимает ногтевой фалангой своего левого пальца ногтевую фалангу одноименного пальца Укэ к низу, т.е. в направлении лучевой кисти левой руки противника.

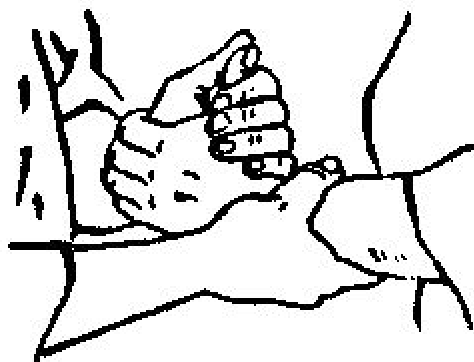


Рис. 3



Рис. 4

4-й способ (Рис. 4)

Аналогичен третьему. При этом следует учитывать, что давление должно быть направлено острием угла, который образуют большой и указательный пальцы, на ногтевую фалангу большого пальца левой руки Укэ, одновременно указательный палец и мизинец Тори оказывают давление в противоположном направлении на пястную кость большого пальца Укэ.



Рис. 5

5-й способ (Рис. 5)

Укэ держит левую руку таким образом, как-будто он хочет схватить. Большой палец направлен вверх. Тори захватывает левой рукой левую руку (кисть) противника так, как будто бы полает ему руку для приветствия. Сразу же после этого, он захватывает правой рукой тыльную сторону кисти левой руки Укэ.

Передвигаясь, в то же время, его правый большой палец прижимает большой палец Укэ к тыльной стороне своей кисти и немного вниз, по направлению к предплечью Укэ.

6-й способ (Рис. 6)

Ладонь левой руки Укэ направлена вниз. Тори на этот раз нажимает одновременно ногтевой фалангой большого пальца правой руки на ногтевую фалангу мизинца Укэ и ногтевой фалангой большого пальца левой руки на ногтевую фалангу большого пальца противника. Этот нажим имеет своей целью отвести сразу два пальца. Концевые фаланги оставшихся четырех пальцев его рук Тори должен прижать к тыльной стороне пястных костей обоих пальцев, против которых применены рычаги.



Рис. 6

7-й способ (Рис. 7)

Тыльная сторона кисти левой руки Укэ направлена вверх. Тори захватывает (хват снизу) правой рукой левый мизинец Укэ и левой рукой его левый большой палец таким образом, что эти два пальца направлены под углом не менее 120 градусов по отношению друг к другу. Четыре пальца обеих рук Тори нажимают справа и слева на тыльную сторону кисти Укэ. Тори оттягивает захваченные пальцы от ладони и сгибает их одновременно в направлении предплечья Укэ.

8-й способ (Рис. 8)

Тыльная сторона левой кисти Укэ направлена к верху. Тори захватывает правой рукой безымянный палец и мизинец Укэ и левой рукой указательный и средний пальцы противника. Затем он с силой разводит в стороны обе пары пальцев и нажимает ногтевыми фалангами больших пальцев на головки пястных костей Укэ в направлении книзу.

9-й способ (Рис. 9)

Положение левой руки Укэ, такое же. как и в трех предыдущих способах. Тори замыкает четыре пальца обеих рук на тыльной стороне кисти Укэ и в этот же момент его большие

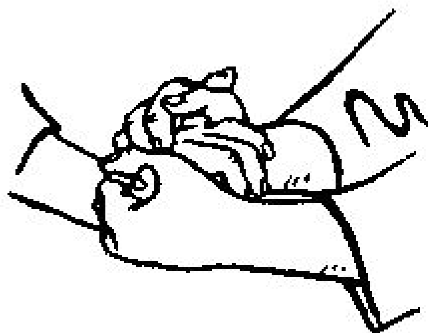


Рис. 7

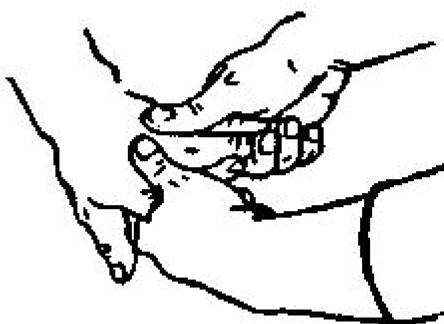


Рис. 8

пальцы продвигаются по ладони противника и оказываются между средним и безымянным пальцами Укэ. Затем Тори разводит безымянный и средний пальцы противника как можно дальше и блокирует одновременно все четыре пальца к тыльной стороне кисти Укэ.



Рис. 9

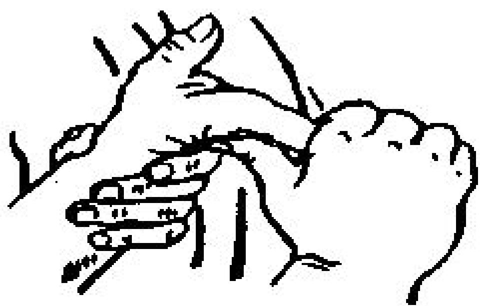


Рис. 10

10-й способ

Тори выполняет левой рукой захват правого запястья противника (хват сверху) и разворачивает захваченную руку так, что правая ладонь Укэ направлена вверх.
Затем Тори нажимает четырьмя пальцами правой руки на пальцы Укэ со стороны ладони по направлению книзу и одновременно ногтевой фалангой большого пальца правой руки на головки пястных костей по направлению кверху.